

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 45» города Чебоксары Чувашской Республики

Номинация: «Мое лучшее нестандартное занятие с детьми и подростками»

«Первые шаги в ориентировании»

Салмина Любовь Михайловна,
учитель физической культуры

Чебоксары, 2023

Аннотация: Нестандартный урок – это интересная, необычная форма предоставления материала, которая значительно повышает интерес детей к уроку физической культуры. На таких занятиях дети не просто развиваются, а принимают в них активное участие.

Урок - мероприятие по физической культуре «Первые шаги в ориентировании» проводятся с целью знакомства обучающихся 1 — 4 классов со спортивным ориентированием, пропаганды здорового образа жизни, где они приобретают первые навыки и умения ориентироваться в пространстве, а также развивают двигательные качества и умственные способности, укрепляют здоровье.

Актуальность методической разработки: Практическое применение данной темы довольно широко. Ориентирование, как минимум, может сохранить жизнь в экстремальных ситуациях таких как: ЧС природного характера, аварийная ситуация на любом виде транспорта, потеря туристической группы и т. д. Необходимым условием гармоничного развития личности школьника является достаточная двигательная активность. Последние годы в силу высокой учебной нагрузки в школе и дома и других необходимостью соблюдения здорового образа жизни, заполнение времени учащихся нужным и полезным делом, возможность выбора деятельности, исходя из интересов ребёнка подготовка к самостоятельной жизни, а также в популяризации спортивного туризма.

Проблема: Современные условия жизни и образования предъявляют высокие требования к условию психофизического состояния школьников. В связи с этим активизируется поиск таких подходов к оздоровлению, воспитанию и развитию детей, которые могли бы не только повышать физическую готовность, но и одновременно развивать умственные, познавательные способности, навыки ориентирования и особо важно - безопасного поведения в социуме.

Цель: Сформировать у школьников интерес к спортивному ориентированию.

Задачи:

Оздоровительные

- формировать представления о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровья;
- способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей;
- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать интерес у детей младшего школьного возраста к занятиям физической культуры через спортивное ориентирование.

Образовательные

- формировать и совершенствовать жизненно необходимые двигательные умения и навыки;
- развивать основные физические качества и двигательные способности детей;

- развивать культуру движений.

Воспитательные

- воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей;
- поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей;
- содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания;
- формировать ценности здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка.

Ожидаемые результаты:

- положительная динамика физических и психических качеств;
- развитие навыков общения в коллективе, творческой активности;
- формирование организованности, инициативности, самостоятельности;
- развитие пространственного мышления.

Целевая аудитория: задание ориентировано на детей 7-10 лет, которые никогда не принимали участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Потенциальные пользователи: мероприятие «Первые шаги в ориентировании» можно проводить как на уроках физической культуры, так и в детском оздоровительном лагере.

Основная часть

Использование спортивного ориентирования в школьном образовательном процессе является эффективным и многосторонним подходом к решению педагогических задач в рамках Федерального государственного образовательного стандарта школьного образования. Данная методика не только обеспечивает разнообразие в обучении, но также обладает высокой способностью взаимодействия с другими образовательными областями.

Спортивное ориентирование – это комплекс дисциплин, в которых основной упор делается на развитие ориентировочных навыков и физической активности. В рамках школьного образования, эти дисциплины могут быть полезными инструментами для формирования различных навыков и решения педагогических задач. Например, ориентирование способствует развитию пространственного мышления, позволяет детям улучшить концентрацию внимания и сосредоточение, а также развивает логическое и абстрактное мышление.

Одним из главных преимуществ использования спортивного ориентирования в школьном образовании является то, что эта методика позволяет решать несколько педагогических задач одновременно. Например, в рамках одной задачи можно развивать физическое развитие ребенка, учить его сотрудничеству и командной работе в группе, а также формировать навыки ориентирования и пространственного мышления. Таким образом, ориентирование дает возможность реализовать целый комплекс образовательных целей и задач, что является особенно важным в рамках Федерального государственного образовательного стандарта.

Важно отметить, что использование спортивного ориентирования предоставляет максимум возможностей для интеграции с другими образовательными областями. Например, в процессе ориентирования можно изучать природу и окружающую среду, развивать представления о здоровом образе жизни, а также изучать базовые физические законы. Данный подход обеспечивает более глубокое и комплексное обучение детей, позволяя им не только развивать физические навыки, но и получать знания в различных областях.

Использование спортивного ориентирования в школьном образовании позволяет разнообразить образовательный процесс, развивать физическое развитие детей и интегрировать различные образовательные области. В результате, дети получают не только физические навыки, но и развивают пространственное мышление, концентрацию внимания и другие важные навыки, и знания.

Ориентирование имеет крайне важное значение в жизни человека, особенно в экстремальных ситуациях, таких как природные катастрофы, аварии на транспорте и потеря туристических групп. Обладая навыками ориентировки, можно буквально спасти себе жизнь. Не менее важна и физическая активность для полноценного развития школьника. Внушительные учебные нагрузки в школе и дома, а также стремление следовать здоровому образу жизни требуют

от учащихся правильного использования свободного времени. Способность выбирать и заниматься интересным и полезным делом является ключевым фактором подготовки к самостоятельному взрослому существованию, а также способствует популяризации спортивного туризма.

Спортивное ориентирование — очень интересный вид спорта, поддерживающий и развивающий не только физические, но и умственные способности человека.

Суть его заключается в следующем: участники при помощи компаса и спортивной карты должны пройти заданное количество контрольных пунктов (КП), расположенных на местности. Результаты определяются по наименьшему времени прохождения дистанции.

Для детей младшего школьного возраста для ознакомления можно подобрать различные формы спортивного ориентирования.

Дистанцию можно спланировать как для первоклассника (например, маркированный участок, который ему нужно пройти и отметить при встрече контрольные пункты), так и для более опытного «спортсмена», который уже самостоятельно может найти на местности контрольные пункты.

Детям очень полезно заниматься спортивным ориентированием, потому что ребенок учится быть самостоятельным, ему самому приходится решать незнакомые для него задачи.

Ориентирование оказывает оздоровительное влияние на организм ребенка, поскольку занятия проходят на свежем воздухе, ребенок постоянно движется (бегает, перепрыгивает, перелезает).

Ориентирование развивает такие психические свойства, как мышление, внимание, память, воображение. Особо можно отметить развитие логического мышления, наглядно-образной и оперативной памяти.

Спортивная карта — основной атрибут спортивного ориентирования. Ее можно нарисовать самим. За основу можно взять план территории детского сада, на нее добавить мелкие объекты, расположенные на детских площадках (следует рисовать, как объект выглядит сверху, и желателен того же цвета). Карты могут отличаться для новичков и детей, которые уже занимаются ориентированием год и более.

Контрольные пункты (КП) — оранжево-белые призмы. Они могут быть из специального материала — «нейлона», а также изготовлены из картона или ткани.

Средства отметки на КП. Они необходимы для проверки прохождения дистанции участником. Это могут быть *карандаши* (на каждом КП подвешивать карандаши на резинках разных цветов, что упрощает проверку прохождения дистанции, участники отмечают у себя в карточке, поставив крестик в соответствующую клетку), *компостеры* (у каждого компостера на КП свой прокол), *отрывные бумажки* с обозначением КП (как объявления).

Дистанции в спортивном ориентировании

Дистанция по выбору. Задача состоит в том, чтобы дети собрали КП, расположенные на местности в любом порядке.

Дистанция в заданном направлении. Детям нужно в заданном порядке собрать КП на местности.

Дистанция на маркированной трассе. Карта выдается с обозначением места старта, но без КП. На местности маркируется бумажками одного цвета дистанция, по которой проходят дети. Когда они встречаются на пути КП, отмечаются на них и в карте делают прокол или рисуют карандашом на ней то место, где встретили КП.

Мероприятие «Первые шаги в ориентировании» (Приложение 1)

Возраст: 7- 10 лет.

Вид спортивного ориентирования: «Заданное направление» предполагает поиск контрольных пунктов по заранее определенному порядку.

Цель: научиться ориентироваться в пространстве.

Задачи:

1. Познавательное развитие:

- познакомить детей с новым понятием Контрольный Пункт (КП);
- формировать способность ориентирования на местности с помощью карты.

2. Физическое развитие:

- способствовать развитию и укреплению здоровья детей;
- развивать у школьников способность ориентирования в пространстве, ловкость, быстроту;
- формировать мотивацию к занятию физической культурой и спортом;
- воспитывать внимание, вера в свои силы.

Описание:

Задание индивидуальное. Каждому участнику выдается карточка (Приложение 2), на карточке обозначен маршрут, где обозначены контрольные пункты. Каждому контрольному пункту (КП) присвоен свой номер. Последний КП под номером 10 – финиш. Задача – как можно быстрее пройти свой маршрут, отмечая на карте отмеченные КП.

Заключение

Классическая модель проведения уроков физической культуры приводит к утрате интереса у детей к предмету и, следовательно, снижению их продуктивности. Поэтому необходимо применять нетрадиционные подходы к организации и содержанию уроков, чтобы поддерживать постоянный интерес детей. Оздоровительный эффект, достигаемый при использовании нетрадиционных методов, тесно связан с положительными эмоциями, которые оказывают благоприятное воздействие на психику ребенка.

Ориентирование на местности – неперенное умение, которое имеет огромное значение. Потому что от этого зависит, во многих обстоятельствах, судьба человека. Развивая наблюдательность, человек способен замечать определенные признаки в окружающей природе, которые помогают избежать путаницы и заблуждения.

Список используемых источников

1. Богатов С.Ф. «Спортивное ориентирование на местности», методическое пособие/С.Ф. Богатов, О.Г. Крюков, -М.: Воениздат, 1971 г.
2. Воронов Ю. С. «Методика обучение юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам», – Смоленск, 1998 г.
3. Огородников Б. И. «Туризм и спортивное ориентирование», -М: «Физкультура и спорт» 1983 г.
4. Ухов Ф.С. «Уроки ориентирования»: Учебное пособие, -М., 2008 г.
5. <https://life4health.ru/sportivnoe-orientirovanie-dlya-detej>
6. <http://info-4all.ru/drugoe/zachem-nuzhno-umet-orientirovatsya-na-mestnosti/>



Фото 1-5. Внеклассное мероприятие «Первые шаги в ориентировании»

Ф.И.О. _____ Время _____ Место _____

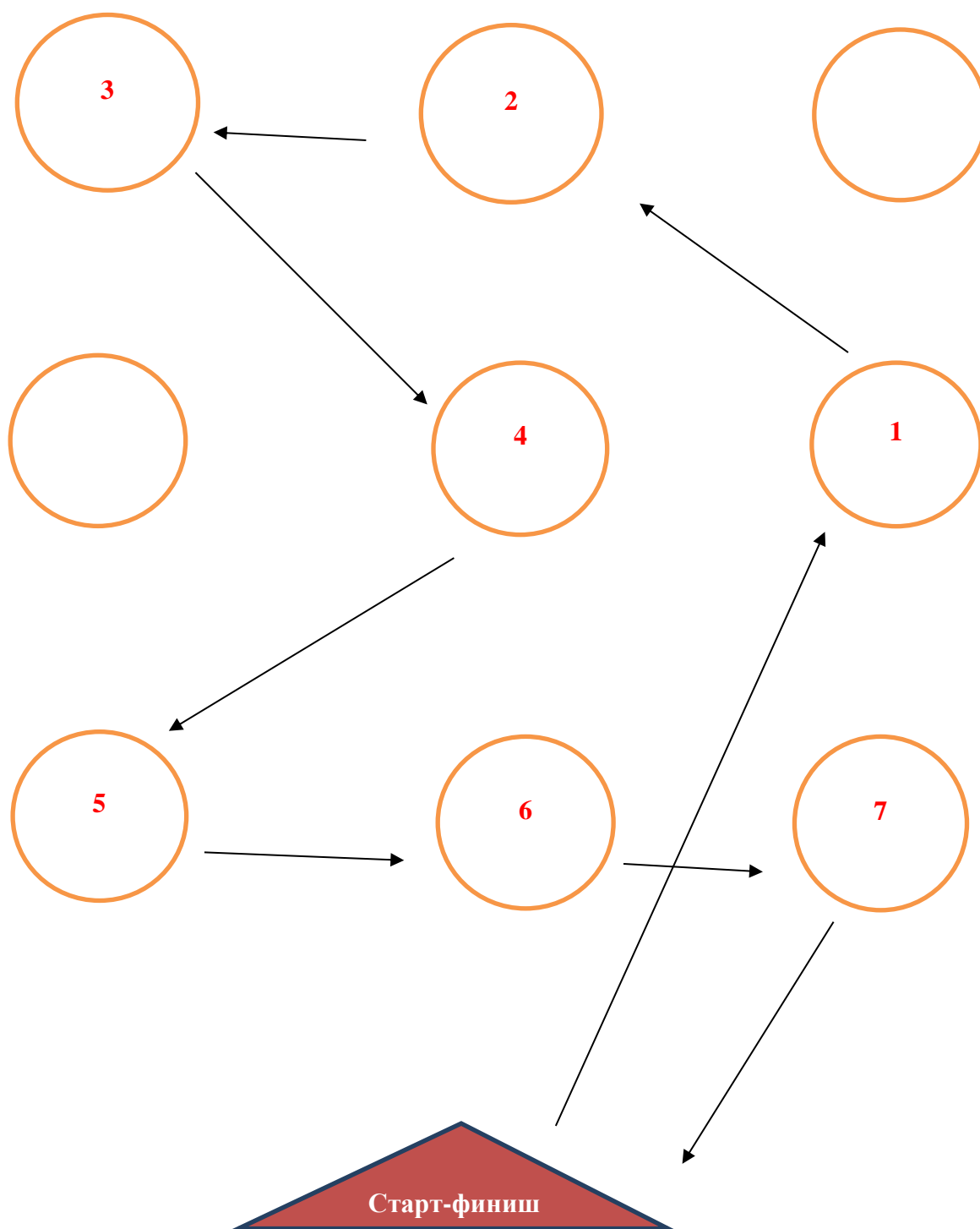


Фото 6. Карточка участника прохождения дистанции в заданном направлении